

## « Manuel de survie spirituelle en temps de confinement »

### Horaires de la journée

**8h-8h30** : RV sur <https://www.twitch.tv/nde78info?sr=a> –

et sur WhatsApp Journée pour Dieu

**8h30 -9h** : Laudes et louange [Documents JDP1 et 5](#) . Introduction à la journée par le Père Maximilien [Twitch](#)

**9h** : Envoi pour un temps de réflexion personnel avec 2 questions [Document JPD2](#)

**9h30 -10h15** : Conférence du Père Maximilien [Twitch](#)

**10h30 - 12h30** : Temps de prière (chacun choisit la durée de ce temps) chez soi, ou rejoindre une des églises de la paroisse qui seront ouvertes de 10h30 à 12h30 [Document JPD3 + Ecouter](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=gMVkrXOtvcs>

A l'église, prendre une petite veilleuse Notre Dame de l'Espérance pour la rapporter chez soi. Si vous ne vous déplacez pas, vous prendrez une veilleuse ou bougie déjà chez vous !

**13h30- 14h15** : Conférence du Père Maximilien [Twitch](#)

**14h15- 14h45** : Temps de prière chez soi, vous pourrez allumer votre veilleuse [Document JPD4](#)

**14h45 -15h15** : Messe en direct de l'église Notre Dame [Twitch](#)

**15h15 – 15h30** : Envoi et lecture des partages et action de grâce [Groupe WhatsApp et Twitch](#)

### Playlist pour la journée

Louange :

Venez chantons notre Dieu : <https://www.youtube.com/watch?v=Z6UR6TXGg2M>

Gloire à toi , ô Dieu notre Père : <https://www.youtube.com/watch?v=hpUj8Hy0CE8>

Tournez les yeux vers le Seigneur : <https://www.youtube.com/watch?v=LTfq4FJnzGU>

Esprit de lumière, Esprit créateur : <https://www.youtube.com/watch?v=H8vFcoTxezI>

Prière :

(Poésie ste Thérèse) Ma vie n'est qu'un instant : <https://www.youtube.com/watch?v=gMVkrXOtvcs>

Magnificat : <https://www.youtube.com/watch?v=1oRwWsRVNuA>

A toi notre louange : [https://www.youtube.com/watch?v=aLy6D49\\_-ls](https://www.youtube.com/watch?v=aLy6D49_-ls)

Je suis le chemin la vérité et la vie : <https://www.youtube.com/watch?v=0cqBzcdtwjM>

Relève-moi : [https://www.youtube.com/watch?v=xPtvEvw4\\_wk](https://www.youtube.com/watch?v=xPtvEvw4_wk)

Messe :

Bénis le Seigneur ô mon âme : <https://www.youtube.com/watch?v=cO51kNjnUc8>

J'élève : <https://m.youtube.com/watch?v=i2ssRCUYZ6k>

Je suis ton Dieu, ton créateur : <https://www.youtube.com/watch?v=LsJCvzensQw>

Ave Maria (Glorious) : <https://www.youtube.com/watch?v=EgNozp8Q4QY>

### **Conseils pratiques**

→ Pour vous rendre dans l'une des églises de la paroisse, vous pourrez utiliser une attestation de déplacement dérogatoire normale ( <https://www.interieur.gouv.fr/Actualites/L-actu-du-Ministere/Attestations-de-deplacement> ), en cochant la case « Motif familial impérieux »

→ Comment utiliser la chaîne Twitch ?

Ecrire cette adresse : <https://www.twitch.tv/nde78info?sr=a> –

sur votre moteur de recherche internet (google, safari, qwant...) que ce soit sur votre ordinateur ou sur votre smartphone... à l'heure de la diffusion ou du RV (avant l'heure, l'écran restera vide, c'est normal !).

N'hésitez pas à cliquer en bas à droite de la fenêtre sur laquelle apparaît la diffusion de l'émission pour passer en mode « plein écran ». Ce sera plus facile de suivre, surtout si vous utilisez votre smartphone. N'oubliez pas aussi de régler le son au maximum !

